



MARCHE NORDIQUE

Cycle de 6 séances qui vous permettra de découvrir une activité, adaptée à tous, mettant en mouvement 90% des muscles et aidant à renforcer le maintien et l'équilibre.

A SAINT-PIERRE-LE-CHASTEL

Point de rendez-vous pour 1ère séance: devant la Mairie

15h45-16h45

Participation
gratuite

Vendredi 12 Septembre 2025

Vendredi 19 Septembre 2025

Vendredi 26 Septembre 2025

Vendredi 3 Octobre 2025

Vendredi 10 Octobre 2025

Vendredi 17 Octobre 2025

**Inscription obligatoire pour
l'ensemble des séances
auprès du CLIC au
04 73 33 17 64**

**Nombre de places limité
Les personnes inscrites s'engagent à venir
et à avertir le CLIC dans les meilleurs délais
en cas d'annulation exceptionnelle.**

Bâtons de marche fournis.

